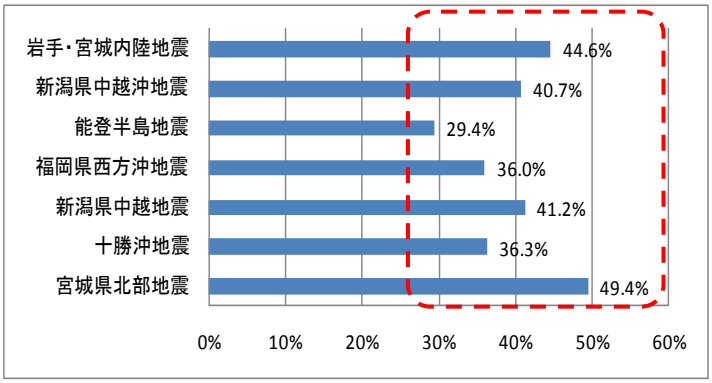
はじめての一人暮らしの
家具類の転倒・落下・移動防止対策

はじめての一人暮らし　大地震から身を守れますか？

地震により負傷した原因のうち約30～50%が、家具類の転倒・落下・移動によるものです。

〇家具類の転倒・落下・移動による危険
- 直接当たってけがをする
- 避難通路を塞ぐ
- 家具などがストーブなどに転倒・落下・移動して出火する。

一人暮らしの場合、家具類による転倒・落下・移動によって負傷してしまうと、助けがくるまで時間がかかるかもしれません・・・だから、転倒・落下・移動防止対策が重要です。



近年発生した地震における家具類の転倒・落下・移動が原因のけが人の割合

対策のステップ

ステップ１ 安定性の高い家具と家電を選ぶ

↓

ステップ２ 安全なレイアウトを決める

↓

ステップ３ 家具類の固定をする

↓

ステップ４ キャスター付き家具の移動防止対策

Point

引越しは、安全な室内空間を作るチャンスです！

家具類の転倒・落下・移動防止対策は、ステップ１からステップ４まで、順番に沿って進めることが、とても大切です。

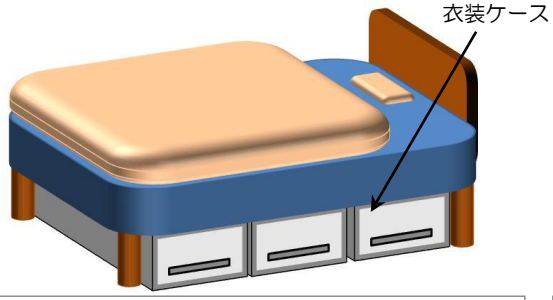
Point

ステップ1　安定性の高い家具と家電を選ぶ

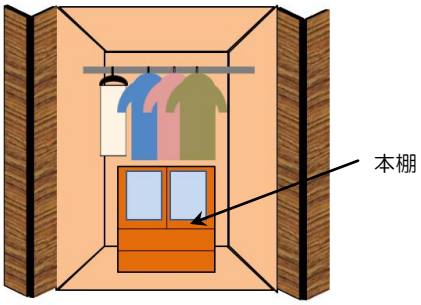
転倒・落下・移動する家具・家電がない安全な空間が、究極の転倒・落下・移動防止対策です。家具・家電は、最小限にしましょう。

家具を購入するときは、できるだけ高さの低い、腰高までの高さにしましょう。

〇　こんな対策もオススメです



ベッド下に衣装ケースを入れて、
タンスを置かない衣類収納



クローゼットの空きスペースを活用して
本棚や収納棚を収納

Point

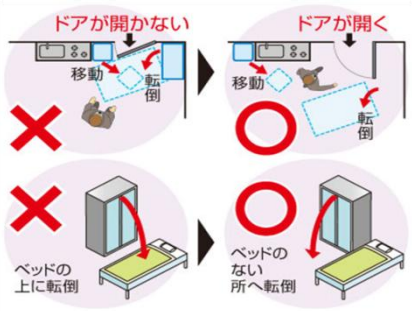
ステップ2　安全なレイアウトを決める

○　家具類が倒れた時・落下した時・移動した時を想像してみましょう。
　①ケガをしないこと、②避難経路が確保できること　この２つが大きなポイントです。

○　出入口には、家具を置かないようにし、置くときも、ドアが開く配置にしましょう。

○　寝室には家具をなるべく置かないようにし、置くときは、寝ている場所の上に家具が倒れてこない配置にしましょう。

○　たんすや本棚が倒れても、倒れた家具の下敷きにならないレイアウトにしましょう。



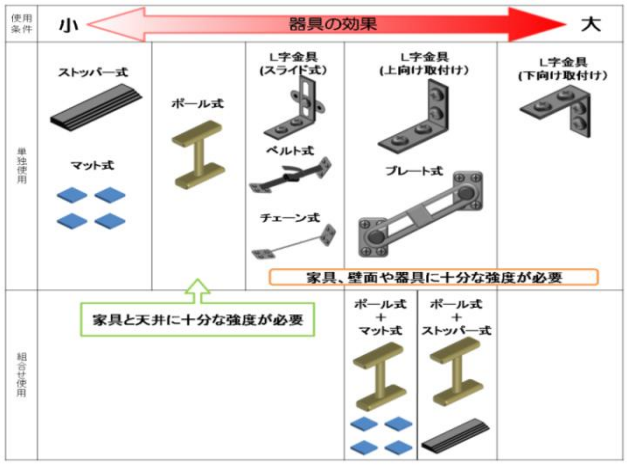
Point

ステップ3　家具の固定

家具のレイアウトが決まったら、家具の固定です。

○　転倒防止器具を選びましょう
（転倒防止器具は、震度６強の揺れを再現した実験で、その効果を測定しました。）

賃貸住宅の場合、原状回復義務の有無の確認も必要です。器具の強度や、壁や家具にキズをつけられるかどうかなどを勘案して、器具を選んでください。

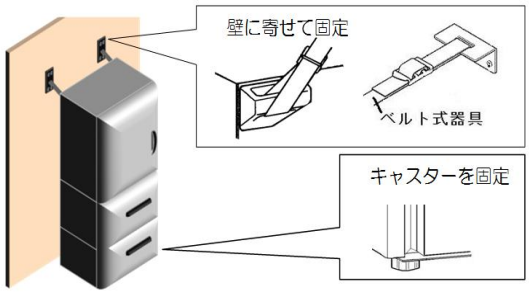


家電製品の固定　家電製品をボルト等で固定する場合は、取扱説明書の方法に従って取付けてください。

転倒・落下・移動するのは家具だけではありません。この機会に家電製品も固定しましょう。

● テレビ
　○　床・壁に固定されたテレビ台とテレビを直接固定するのが最も確実です。
　○　壁等とヒートンを使用して固定する場合は壁の強度と、テレビの重量に耐えるヒートンや紐の太さ、強度を確認しましょう。

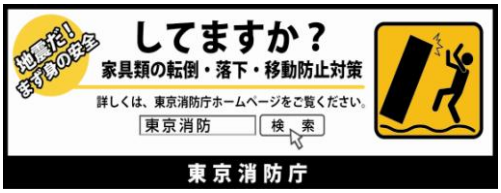
● 冷蔵庫
　○　冷蔵庫の背面上部のベルト取付け部分と壁とをベルトで連結すると、効果が高くなります。
　○　冷蔵庫は、移動や転倒したときに備え、避難の障害にならないように置き方を工夫しましょう。



Point

ステップ4　キャスター付き家具の移動防止対策

キャスター付きの家具（ワゴン、ＴＶ台など）も、動かないようにキャスターロックをし、ベルトで止めるなどの対策をしましょう



お問合せ先
〒１４４-００５３
東京都大田区蒲田本町２－２８－１
電話　０３-３７３５-０１１９
蒲田消防署警防課防災安全係